Curso completo de

PANADERÍA artesanal 6.

las mejores MASAS para hacer

- pan árabe
- grisines
- pan con sésamo
- pan de frutas

paso a PASO

PANES FESTIVOS

Una masa muy enriquecida, una con praliné y otra que se prepara en la batidora

- *Pan dulce navideño*
- *Rosca torzada con frutas*
- *Pan festivo relleno*

EVIA EDICIONES

ARGENTINA $ 4,90
ISBN N° 987-1105-01-8

MASA NORTEAMERICANA

Esta masa es batida a máquina y rápida de hacer. La utilizaremos para hacer dos versiones decorativas, para Navidad o para cualquier encuentro o agasajo.

INGREDIENTES

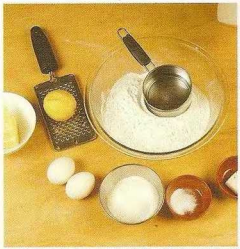
12 g de levadura prensada
(1/4 de cubito)
3/4 de taza de leche tibia
3 cucharadas de azúcar (70 g)
100 g de manteca blanda
1/2 cucharada de sal fina
2 huevos a temperatura ambiente
Ralladura de 1/2 limón
500 g de harina "0000"

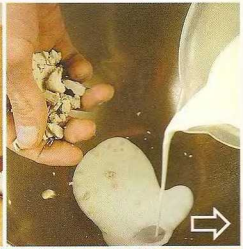
Utensilios

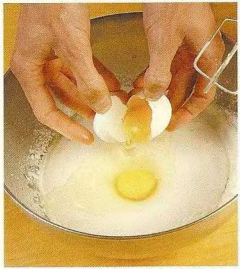
1 batidora eléctrica o batidor de alambre

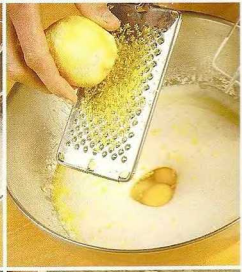
PREPARACIÓN

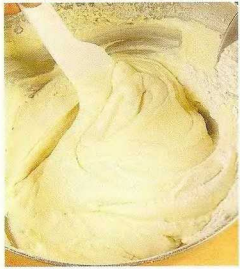
1. Coloque la leche y la levadura desmenuzada en un bol grande, bata y agregue de a poco 1 taza de harina. Continúe batiendo unos segundos para que se disuelva la levadura y se torne de consistencia cremosa y aireada. Deje reposar durante 5 minutos.
2. Agregue la sal, los huevos, la ralladura, el azúcar y la manteca mientras sigue batiendo. Incorpore más harina de a poco para obtener una consistencia que no frene la máquina y desarrolle una masa; se pondrá viscosa y clara. Siga batiendo unos minutos, agregue entonces, de a poco, el resto de harina y envuelva con espátula.
3. Baje a la mesa y trabaje un poco para obtener un bollito homogéneo. Cubra y deje reposar durante 30 minutos.

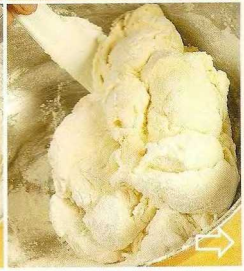




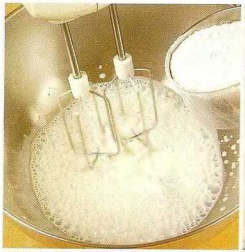


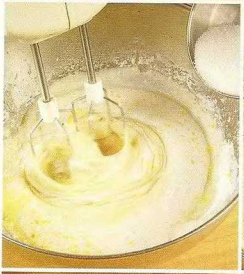


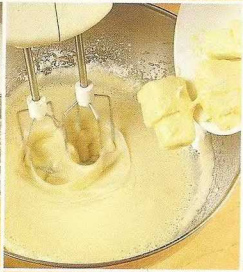


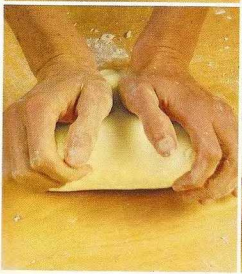


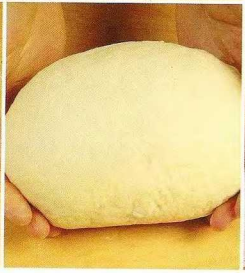
La masa norteamericana se amasa muy poco, queda de consistencia pastosa y desmenuzable. La utilizamos delgada para envolver frutas secas o rellenos frescos.

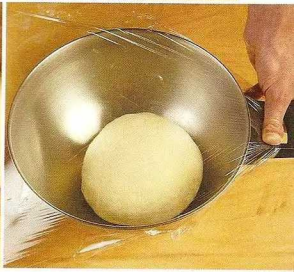












RICOTA, MANZANA Y CANELA

ROSCA TORZADA

Fácil de hacer y colorida. En la receta original se utilizan almendras en vez de praliné de girasol. Utilizamos esta variante para hacerla más accesible, pero si desea probarlo utilice 100 g de almendras peladas y picadas.

COMPLEJIDAD
2 HORAS
20 MINUTOS
40 MINUTOS - 200°C
1 ROSCA GRANDE

INGREDIENTES

1/2 preparación de masa norteamericana

Relleno

1/2 taza de fruta abrillantada picada en cubitos
4 cucharadas de manteca (100 g)
2 cucharadas de azúcar
1/4 de taza de harina
Almíbar o miel para pintar

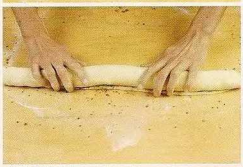
Praliné

1/2 taza de semillas de girasol peladas
1/3 de taza de azúcar rubio
(Cómo hacer praliné, ver Pág. 12)

PREPARACIÓN

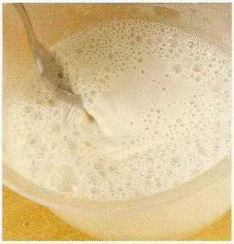
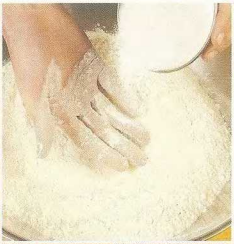
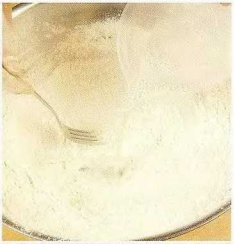
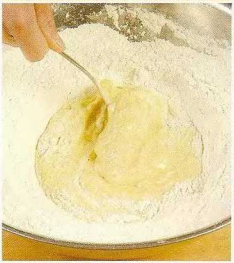
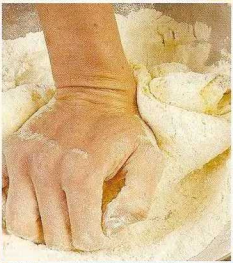
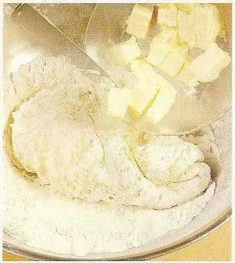
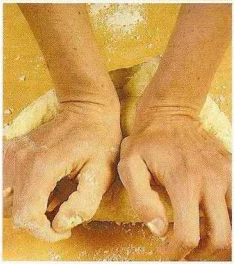
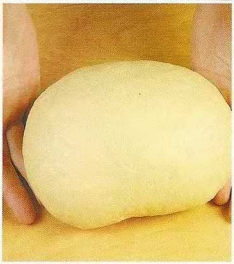
1. Coloque la manteca blanda en un bol, agregue las dos cucharadas de azúcar y mezcle batiendo hasta que se forme una crema bastante blanda. Incorpore la harina y revuelva un poco más. Pique la fruta abrillantada.
2. Estire la masa en forma rectangular y bastante larga (80 cm aproximadamente). Unte la mezcla de manteca con una espátula, lo más parejo posible, reparta el praliné y las frutas. Verifique que la mezcla esté bien repartida.
3. Enrolle por el lado largo. No es difícil, un poco en una punta, un poco al medio y otro poco en la otra punta, y seguimos así hasta obtener un rollo parejo.
4. Tome un cuchillo afilado y corte el rollo a lo largo, casi llegando a seccionarlo totalmente.
5. Desde un extremo comience a abrirlo y ponga los pliegues para que queden las caras del rollo encontradas. Comience a enroscar y sujete firmemente con ambas manos para que no se desarme. Forme un aro y traslade a una placa enmantecada. Reúna los extremos de manera de solaparlos, pellizcando para que no se desarme la unión. Cubra y deje leudar durante 1 hora o hasta que observe que se hinchó.

6. Hornee a fuego moderado durante 40 minutos. Cuando comience a tomar color, baje el fuego y cocine un poco más.
7. Cuando se enfríe, pincele con almíbar para dar brillo o, al salir del horno, con miel apenas calentada.



PARA SORPRENDER EN LAS FIESTAS

COMO REPOSTERO PROFESIONAL, PERO EN CASA.

KUGELHOFF

Una torre en capas que tiene el encanto de la textura desigual. Nevada con azúcar impalpable, asemeja las montañas de Europa central.

INGREDIENTES

800 g de masa muy enriquecida

Relleno

1 cucharada de manteca
2 cucharadas de leche
1 cucharada de azúcar
50 g de nueces picadas
2 pizcas de jengibre en polvo
1 cucharada de galletitas de miel molidas o bizcochuelo seco
2 cucharadas de ron
Azúcar impalpable para decorar

Praliné

50 gramos de semillas de girasol peladas,
1 cucharada colmada de azúcar.

Utensilios

1 molde savarín de 22 cm de diámetro

PREPARACIÓN

1. Relleno: funda la manteca en una ollita pequeña, agregue la leche y el azúcar, revuelva y apague el fuego. Pique las nueces y agréguelas. Espolvoree el jengibre y revuelva. Mientras espera que se enfríe, prepare praliné con el girasol. Agregue a la ollita las cucharadas de ron y las galletitas molidas para espesar la mezcla.

2. Enmanteque y enharine el molde savarín, y reserve.

3. Aplane un poco la masa leudada y enróllela para formar un bastón grueso, como de 4 a 5 cm de diámetro. Corte en diagonal cada 1 cm de espesor. Aplane un poco con los dedos cada óvalo, apóyelos en la mesa y unte con el relleno (deje algunos sin untar).

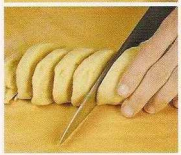
4. Comience a cubrir el fondo del molde encimando los óvalos y estirándolos un poco al colocarlos. Cubra al final con los óvalos sin relleno. La masa debe ocupar entre la mitad y las 3/4 partes del molde para que pueda leudar y no se desborde.

5. Cubra con un plástico y deje leudar; esto puede demorar 1 hora o más. Hornee a fuego moderado durante 1 hora.

6. Cuando se entibie, desmolde invirtiéndolo: sujete con una mano y dé golpecitos en el borde del molde con la otra mano. Deje enfriar y antes de servir decore tamizando 1 ó 2 cucharadas de azúcar impalpable desde una altura y usando un colador para dar un efecto de nevado.

CÓMO HACER PRALINÉ DE GIRASOL

Coloque las semillas de girasol peladas en una sartén y tuéstelas a fuego suave. Agregue el azúcar y deje que se funda y tome color de caramelo claro. Vuelque la preparación en un plato aceitado y esparza un poco. Una vez frío, muélalo en un mortero o sobre una tabla usando un palote.



MASA DE SODA

Esta fórmula la recibimos de un excelente carpintero de oficio y panadero por afición. Fitzgerald y su mujer hacen éstos y otros panes en su horno de barro, al lado de su taller y su casa, a puertas abiertas. Todo el vecindario saluda y comparte sus obras.

INGREDIENTES

1 kg de harina común
1 cucharada de sal gruesa
25 g de levadura fresca
1 cucharada de azúcar
600 cc de soda a temperatura ambiente
100 cc de aceite

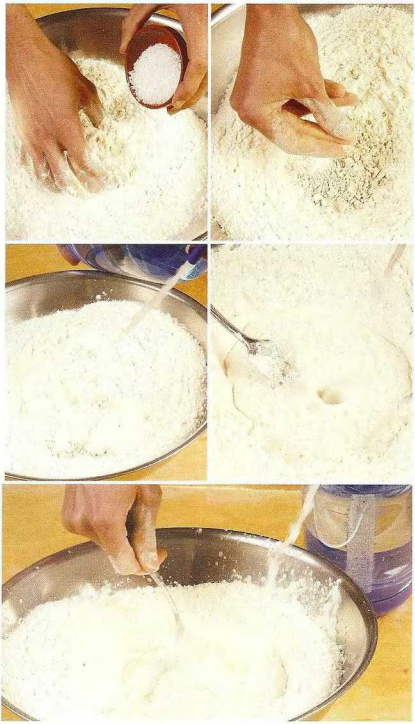
PREPARACIÓN

1. Mezcle la harina con la sal, abra el centro y desmenuce allí la levadura. Agregue el azúcar, y la cantidad de soda necesaria para hacer toda la masa (600 cc aproximadamente). Bata hasta formar una crema y deje reposar unos minutos.

2. Continúe revolviendo, tomando la harina de alrededor para formar una masa. Agregue el aceite y raspe el bol; una un poco y baje a la mesa. Trabaje amasando durante 5 minutos hasta obtener una masa elástica y firme. Si necesita, agregue más harina.

3. Deje reposar cubierto durante 1 hora. Utilice como se indica, es una masa muy práctica para hacer diversos panes. Aquí le mostraremos cómo amasar pan árabe y grisines.

Una masa rápida y fácil de elaborar, creada por una familia con sentido práctico.



Pan árabe

Este pan también es llamado pan "bolsillo" porque se abre en el horno y deja ver toda su cavidad vacía. Con poca cocción queda un pan blando que podremos luego abrir en un extremo y rellenar para hacer, como en Medio Oriente, unos deliciosos y prácticos sándwiches.

COMPLEJIDAD	
1 HORA	
20 MINUTOS	
5 MIN - 250° C	
20 PANES	

Ingredientes

1 preparación de masa de soda
Un poco de harina
Utensilios
1 palote

Preparación

1. Divida la masa en porciones para formar bollitos de 3 cm de diámetro. Arme las bolitas bien lisas, replegando a un punto que queda debajo. Acomode en orden sobre la mesa y cubra con plástico durante unos minutos.
2. Tome el primer bollito y aplánelo presionando primero en el centro y llevando la presión hacia los bordes. Termine de adelgazar en la mesa, con bastante harina y la ayuda de un palote, hasta que la masa tenga 2 ó 3 milímetros.
3. Acomode en una placa; no necesita engrasarla ni dejar mucha separación entre los discos. Deje que leuden un poco durante 15 minutos y hornee a fuego muy fuerte. Si tiene un horno con frente de vidrio observe cómo se inflan, demora sólo unos minutos. Saque del horno y encímelos para que se bajen sin secarse demasiado en la placa. Envuélvalos en tela.

GRISINES MUY DELGADOS

Estos grisines son fáciles y relativamente rápidos. Aquí mostramos la técnica cortando tiritas de masa con la ayuda de una regla. También puede utilizar una máquina de cortar fideos.

COMPLEJIDAD	
50 MINUTOS	
20 MINUTOS	
30 MIN – 180° C	
1 KG	

INGREDIENTES

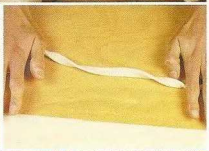
1 preparación de masa de soda
Un poco de harina
Utensilios
1 cuchillo afilado (sin dientes) o una rueda corta pizza
1 regla o cualquier objeto de borde recto para guiar el corte
Placas

PREPARACIÓN

1. Utilice la masa de soda ya leudada, aplane en la mesa enharinada, primero con las manos y luego con la ayuda de un palote. Inviértala y espolvoree con harina para que no se pegue. Adelgace hasta que tenga 3 ó 4 mm de espesor.

2. Tome la regla y el cuchillo, o una rueda para cortar pizza, y corte tiritas de 0,5 cm aproximadamente. Enrolle o aplane con los dedos abiertos (son dos maneras de lograr bellos bastoncitos).

3. Acomode los grisines en la placa, lo más derechos posibles para aprovechar el espacio. Deje leudar de 20 a 30 minutos y hornee a fuego moderado otros 20 a 30 minutos. Deje enfriar en la placa para que terminen de secarse. Si quedaron poco crujientes, vuelva a colocarlos unos minutos en el horno para que se terminen de deshidratar.



Masa de poolish

Trabajar con masa de poolish nos da buenos resultados; es la técnica de las antiguas panaderías. La masa guardada de la vez anterior incorpora una calidad especial de fermentación, con ácidos y levaduras cultivadas que benefician a la nueva masa con aroma y textura.

Ingredientes

200 g de harina
10 g de levadura seca
1 cucharadita de sal
Agua para amasar

600 cc de agua tibia
1/2 cucharada de levadura seca
2 cucharadas de azúcar
1 kg de harina común
1 cucharada de sal gruesa
100 cc de aceite

Preparación

1. Una manera segura de trabajar es comenzar el día anterior haciendo un bollito con los primeros 4 ingredientes de la lista, amasando y dejando en un recipiente a temperatura ambiente. Esta masita nos sirve para hacer al día siguiente la nueva masa. También se puede utilizar en el pan de frutas (birewecke).
2. Al día siguiente disuelva la masa en agua tibia, trabaje con la mano para deshacerla. Incorpore harina de a poco, agregue la levadura nueva, el azúcar y al final la sal gruesa (cuando la masa esté firme para amasar). Vierta el aceite y raspe el recipiente de masa para dejarlo limpio y aceitoso.
3. Baje a la mesa enharinada y trabaje un poco más con el resto de harina del paquete. Forme un bollo y acomode de nuevo en el bol aceitado. Deje leudar durante 1 hora y utilice para hacer diversos panes, como los que mencionamos a continuación.

Flautas clásicas

Complejidad	
70 minutos	
20 minutos	
60 minutos - 190° C	
2 panes	

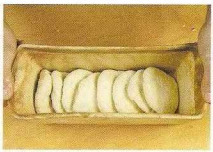
Ingredientes

1 preparación de masa de poolish
2 cucharadas de aceite
Utensilios
2 moldes grandes
1 pincelito (opcional)

Preparación

1. Divida la masa en porciones para formar bolitas de 5 cm de diámetro. Forme de 12 a 16 bollitos parejos.
2. Aplane cada bollito y unte la cara en aceite, esto lo puede hacer con el pincel o volcando el aceite en un platito y apoyando allí la masa aplanada.
3. Acomode en el molde aceitado, el primero medio reclinado, o apoye el molde sobre un objeto para que le quede inclinado y así no se recuesten los panes, ya que son muy delgados. Complete, pero no apriete porque al leudar se expanden. Deje leudar durante 1 hora aproximadamente.
4. Hornee a fuego moderado (190° C) durante 1 hora. Al sacar del horno deje entibiar para desmoldar.

Con la masa básica de poolish se pueden hacer las clásicas flautitas. Para lograr una consistencia particular puede estirar un poco la preparación con un palote, enrollar y acomodar sobre una placa con el pliegue hacia abajo. Realice los tradicionales cortes para que la masa se expanda durante la cocción y hornee hasta que el pan esté dorado.



PLETZALEJ

Es un pancito de origen judío, que se hace con cebolla y acomodado en placas. Queda bien dorado y tierno con un horno muy caliente. En gran parte el sabor de este pan depende de la forma en que se cocina (como ocurre con la pizza para la que un horno de barro es ideal).

COMPLEJIDAD	
1 HORA	
20 MINUTOS	
10 MINUTOS - 250° C	
1 DOCENA	

INGREDIENTES

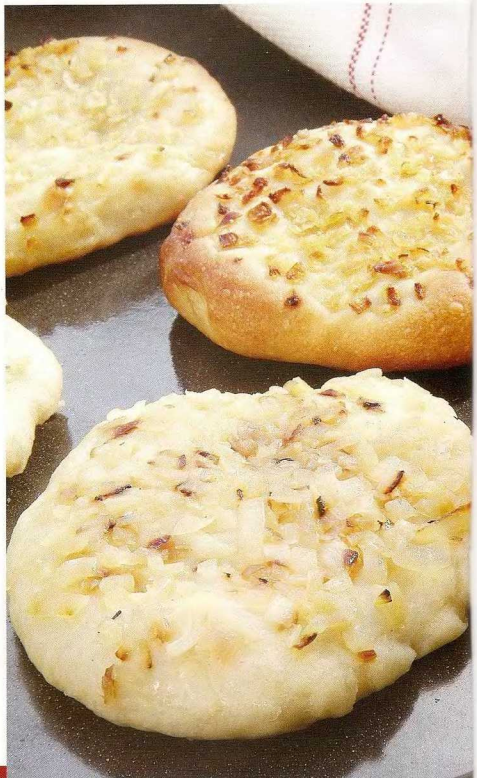
1/2 preparación de masa de poolish
2 cebollas grandes
Un poco de aceite y sal
Amapola (opcional)

PREPARACIÓN

1. Forme bollitos redondos de 4 cm de diámetro y déjelos leudar. Mientras, pique bien finita la cebolla y rehogue con un poco de aceite hasta que tome color. Agregue la sal.
2. Aplane cada bollito contra la mesa para hacer discos de 10 cm de diámetro. Acomode en la placa aceitada, casi sin dejar separación; decore con la cebolla y deje leudar unos minutos. Pinche un poco para que no se hagan globos y hornee unos minutos a fuego bien fuerte. Al salir del horno, si desea, espolvoree con amapola.

OTRA TÉCNICA

Se puede hacer con la técnica de vapor y horno que se explica en la página 27.



Masa malteada

Por la acción de la malta, esta masa es más dulce y húmeda que otras. Se presta para hacer panes tiernos y con poca corteza. La utilizaremos en panes de cocción doble: un tiempo al vapor y los terminamos con un golpe de horno.

Ingredientes

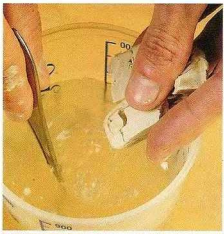
25 g de levadura prensada (1/2 cubito)
600 cc de agua tibia
1/2 cucharada de extracto de malta
500 g de harina 0000
500 g de harina 000
1 cucharada de sal
50 cc de aceite

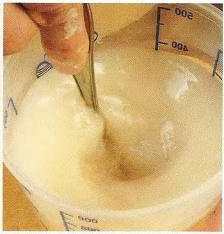
Preparación

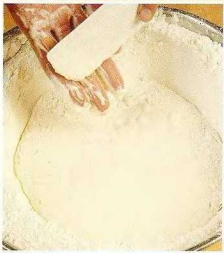
1. Mida el agua en una jarra, desmenuce allí la levadura, agregue el extracto de malta y agite hasta que la levadura se disuelva completamente.
2. Combine en un bol grande las dos harinas con la sal; abra un hueco y vierta a la mezcla anterior. Bata en el centro para airear, tome parte de la harina de alrededor para formar una crema y deje esponjar durante 5 minutos.
3. Agregue el aceite y continúe tomando la harina de alrededor. Baje a la mesa, trabaje con intensidad durante unos minutos hasta que logre una masa elástica y firme. Deje reposar durante 1 hora.

De las harinas combinadas resultan bollos voluminosos y extensibles.

DULCE SIN AZÚCAR. MUY RÁPIDA DE HACER

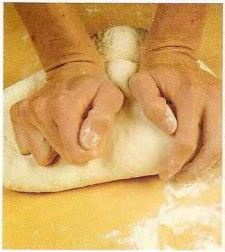






MALTA

La malta ablanda la masa porque "se come" los almidones y los convierte en azúcares asimilables por las levaduras. Si la actividad enzimática (por la malta) es muy intensa, la masa queda licuada y luego de horneada puede parecer mal cocida.



Rulos japoneses

Muy blandos, blancos y raros. Dan la impresión de no ser pan; podrían estar en una ensalada al plato o acompañando verduras salteadas en wok.

Ingredientes

1 preparación de masa leudada
Utensilios
1 pincel
Un poco de aceite común
1 palote
1 cuchillo afilado
1 palillo delgado
1 olla vaporera

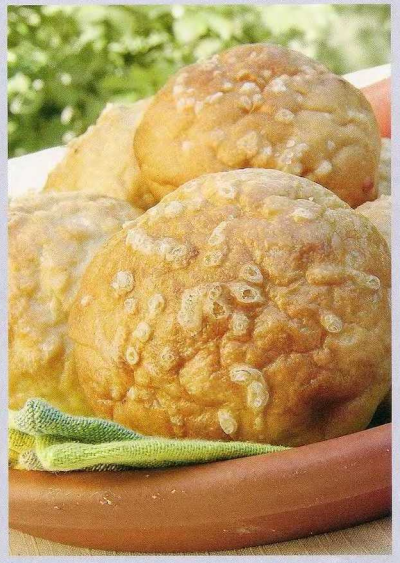
Preparación

1. Aplane la masa a 1 cm de espesor, llevándola a una forma lo más rectangular posible. Unte la masa con aceite para que se vea brillante.
2. Enrolle desde el lado largo y corte porciones de 3 cm usando un cuchillo afilado. Acomode dos rulos encimados, con las lengüitas encontradas, presione desde arriba con el palillo hasta casi cortar.
3. Acomode inmediatamente en la vaporera, dejando una pequeña distancia ya que se agrandan, y deje que se cocinen de 5 a 10 minutos. El tamaño de la olla define la velocidad para hacer estos pancitos; si quiere hacerlos más rápido debe usar 1 ó 2 ollas más. Deje enfriar y secar sobre un plato.

Cómo hacer una vaporera casera

Busque una olla con tapa (la más grande que tenga), coloque un plato en el fondo pero con un separador (un cortapasta, tres piedras chatas no porosas, o fabrique uno con una latita vacía de atún). Entonces coloque un paño limpio cubriendo el plato (evita que se peguen las masas), ponga abundante agua debajo del plato y moje el paño. Encienda el fuego ¡y listo!. Cuando comienza a largar vapor puede comenzar a cocinar los pancitos.

Aerolitos



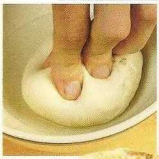
Cocción al vapor y terminación en horno

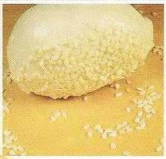
Esta doble cocción nos da panes brillantes y húmedos, de corteza crujiente y dorada. Puede probar los panes sólo al vapor, quedan brillantes y de corteza muy blanda.

Una forma interesante es pasar los pancitos en la mesa espolvoreada de sal gruesa (en forma dispersa ya que su sabor es muy fuerte). Luego deje leudar un poco y cocine al vapor. Al sacar de la vaporera no llama la atención, pero con un golpe de horno aparecen los cristales de sal, ya un poco disueltos, dando un aspecto divertido. Los llamamos aerolitos y tienen una semejanza con el pequeño planeta de la novela infantil "El Principito" de Antoine de Saint Exupéry.

PANCITOS CON SÉSAMO

Estos clásicos pancitos quedan con la corteza muy crujiente y la miga suave. El color dorado profundo contrasta con el blanco de la miga.





COMPLEJIDAD	
70 MINUTOS	
50 MINUTOS	
5 MINUTOS - 220° C	
20 PANCITOS	

INGREDIENTES

1 preparación de masa malteada
Semillas de sésamo para decorar
Utensilios
1 platito con fondo de agua
1 vaporera
1 placa de horno

PREPARACIÓN

1. Forme bolitas de 3 cm de diámetro, hunda en el agua del platito la cara a decorar, apoye en el sésamo desparramado en la mesa, golpee un poco para desprender las semillas que sobren y acomode para que crezcan un poco.
2. Apenas se hincharon, coloque en la vaporera durante 3 minutos. Traslade a la placa aceitada y lleve la placa llena al horno fuerte durante 5 minutos o hasta que tomen color. El color varía de acuerdo al grado de humedad y por causa de los azúcares presentes en la masa que se colorean formando ese tono dorado caramelo.

PANCITOS CON ALGAS Y AL VAPOR

INGREDIENTES

1 preparación de masa malteada - Algas nori picadas para decorar
Utensilios: 1 platito con el fondo de agua - 1 vaporera

PREPARACIÓN

1. Forme bollitos redondos y aplánelos para que queden de 1 cm de espesor. Hunda la cara en agua para hacerla adherente y apóyelo en la mesa espolvoreada de algas. Coloque bajo un plástico y reserve para que leude un poco.
2. Cocine al vapor de 5 a 10 minutos (la corteza se pone un poco transparente).